

本学新入生におけるネット依存傾向と 関連諸要素に関する心理学的研究

藤 井 壽 夫

A Psychological Study on Net Addiction Tendency and some related Factors in the New Junior College Students

Hisao FUJII

概 要

現在、ネット依存の問題は大学生における学修、学生生活全般に影響を与えている要因の一つである。そこで、今年度、本学入学生を対象に、ネット依存に関係するアンケートを実施した。その結果、ネット依存得点とネット使用時間、ネット被害経験、ネット依存自覚度に関連が認められた一方、SNS (Social Networking Service) 開始時期、ネット知識熟知度との関連は認められなかった。ネット依存傾向の自覚はあるが、ネット依存から抜け出せない実態が示唆された。また、ネット依存傾向と性格特性との関連を調べた結果、適応本能との関連が明確に示唆された。本調査では性差は認められなかった。

問 題

平成18年、60年ぶりに教育基本法、学校教育法、学校教育法施行規則等が改定されたが、この間の科学技術の進歩により引き起こされた情報化、国際化が社会の仕組み、価値観等を大きく変化させてきたことによる。なかでも、情報通信技術の進歩は目覚ましく、現在、スマートフォンに代表される、個人端末によりインターネット（以下：ネットと略す※論文名等は原文のまま）に接続し、その利用時間の増加により、多くの児童・生徒・学生が、ネット依存傾向を有するまでになっている（魚住2006）、（総務省情報通信政策研究所2013）。内閣府（2013）が実施した「平成24年度青少年のインターネット利用環境実態調査」によれば、高校生の携帯端末所持率は98.1%にのぼり、中学生においては51.6%、小学生においても27.5%という状況になっている。総務省（2014）が

東京都内の高校生15,191人を対象に実施した「高校生のスマートフォン・アプリ利用とネット依存傾向に関する調査」では55.8%（傾向大4.6%、傾向中55.2%）が依存傾向が疑われる結果となった。大学生においては鄭（2008）は大学生のインターネット依存傾向プロセスとインターネット依存自覚傾向の関連を調べ、依存傾向のある学生ではその自覚にばらつきがあることを示唆している。また友納（鄭）（2013）は大学生におけるインターネット依存傾向を形成する要因として、心理情緒要因、物理的要因、心理ストレス要因、対人関係要因、家族会話機能要因、個人性格要因の6要因について、個人性格、心理ストレス、対人関係、家族会話機能の要因において「不適切な認知」が生じ、ネット依存傾向形成に影響を及ぼすことを考察している。橋本他（2011）はインターネット利用と依存に関する共同研究を行い、①ネットの長時間利用、②ネット上の種々のサービス・コンテンツ利用、③友人関係の不満足、孤独感、抑うつ傾向が高い、の3要因が影響しており、長時間使用により睡眠時間が短縮され、家族間会話が不足することにより、さらなる孤独感、依存傾向が深まると考察している。他にも仁尾（2009）は大学生のインターネット依存と友人関係における不安との関係について、土本（2006）は大学生における携帯電話依存傾向と内的対象想起との関連について、伊藤（2009）は大学生のインターネット中毒傾向に関して検討している。本学においても、筆者が2014年、保育学科2年生を対象に行った「ネット依存に関する調査」において、ネット依存傾向と講義への欠席、遅刻との関連が示唆された（未発表）。また、サイバーストーカー

被害、ネット長時間使用により、生活リズムが乱れ、欠席がちになる学生の出現等、種々の問題も懸念されている。

そこで、本年度入学生を対象にネット依存、及び関連諸要因に関するアンケートを実施することで、新入生の実態を把握し、学修指導への一助し、併せてネット依存を引き起こす要因を探るべく本調査を実施した。

方 法

対象

函館短期大学平成28年度入学生148人を対象に調査を実施した。内訳は食物栄養学科75人（男子19人、女子56人）、保育学科73人（男子6人、女子67人）でそのすべてが分析の対象となった。（欠損値＝0）

調査時期

2016年4月

調査の方法

食物栄養学科においては、入学式翌日から始まったオリエンテーション時に、保育学科においては、授業時間前半を用いて、教師による説明の後、マークシートに回答する形式で調査を行った。なお、個人に対するアンケートではあることから、本学実験等倫理委員会へ審査を依頼し、承認を得た。

調査・研究の内容

ネット依存傾向を測定する尺度としてはYoung (1998) が開発し、久里浜医療センターにて訳出した20項目からなる尺度を用い、回答はすべて「1全くない」「2まれにある」「3ときどきある」「4よくある」「5いつもある」のいずれかを選択する方式で行った。

性格特性を測定する尺度としては、「2はい」「1どちらでもない」「0いいえ」の3件法、53項目からなる東大式エゴグラム（TEG II）を用いた。ネット被害経験については、「ネットでいやな思いをしたことがある」の設問を設け、「1一度もない」「2 1～2回ある」「3 何回もある」の3件法で行った。

ネットやオンラインゲームの使用時間については、「ネット（ゲーム）使用時間」の設問を設け、「1時間未満」「1～2時間」「3～5時間」「6～7時間」「8時間以上」の5件法で行った。SNS開始時期については、「SNSはいつから始めましたか」の設問を設け、「小学校」「中学校1

年」「中学校2年」「中学校3年」「高校から」の5件法で行った。ネット依存を自ら自覚しているか否かについては、「自分はネット（ゲーム）依存だと思う」の設問を設け、「1全く思わない」「2思わない」「3少し思う」「4いつも思う」の4件法で行った。ネットに関する知識の熟知度については、「1全く知らない」「2あまり知らない」「3だいたい知っている」「4熟知している」の4件法で行った。

これらの結果を、平均の比較、相関関係、重回帰分析、 χ^2 検定による群間比較等によりその関連を探索的に検討し、ネット依存に関する諸要因を探っていくこととした。

結 果

1 ネット依存傾向

Young (1998) による20項目からなる、ネット依存度を測定する5件法スクリーニングテストの合計点（20～100）を個々に算出し、男女別、学科ごとに集計した結果、全体平均37.51と高い傾向を示し、学科別、ならびに男女別においても同様の結果を示した（Table 1）。

Table 1 性別×学科別のネット依存得点

ネット依存得点	男 子			女 子		
	平均	SD	N	平均	SD	N
食物栄養学科	38.21	10.56	19	38.46	13.38	56
保育学科	44.83	9.07	6	35.87	11.38	67
全 体	39.80	10.44	25	37.06	12.35	123

n.s.

次に依存得点を従属変数、性別（男子・女子）×学科別（食物栄養学科・保育学科）を要因とする二元配置分散分析を行った。男子（ $M=39.80$, $SD=10.44$, $n=25$ ）は女子（ $M=37.05$, $SD=12.35$, $n=123$ ）に比べわずかに高かったが性差については有意差は認められなかった。また、食物栄養学科（ $M=38.40$, $SD=12.66$, $n=75$ ）は保育学科（ $M=36.60$, $SD=11.42$, $n=73$ ）に比べわずかに高かったが学科による差は有意ではなかった。従って、この後の処理は性別、学科とも一括して行う

こととした。これまでの調査では、その多くで性差が見出されているが、男子の人数が少数のため、性差が認められなかったとも考えられる。また、保育学科においては男子の方が上回ったこともあり、今後の調査が求められる。

2 ネット依存度

Young (1998) による、ネット依存測定スケールにおいては、合計点で40点未満を平均的ユーザー（依存傾向なし）、40～79点を「中程度に問題あり」、80点以上を「重大な問題あり」としている。これに従い依存度、及び各段階ごとの依存得点の平均値を算出した（Table 2, Figure 1）。

Table 2 ネット依存度と平均値

	人数	%	(ゲーム内平均)	SD
平均的ユーザー	98	66.2	30.87	4.72
中程度に問題あり	48	32.4	49.02	8.66
重要な問題あり	2	1.4	87.00	5.66

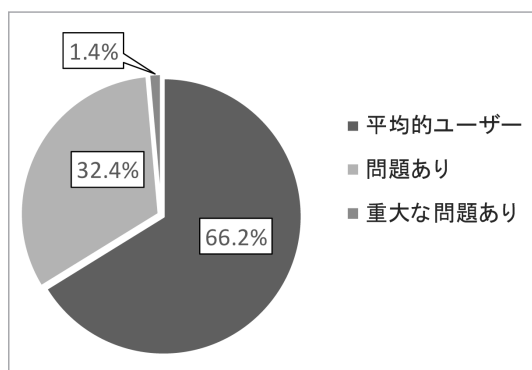


Figure1 ネット依存度別の割合

次に、本尺度では40点以上が依存傾向があると診断されている。本調査の結果、全体平均が37.51点と平均ユーザーと診断されたものの、数値が「問題あり」に近いことから考察において検討を行うこととした。

3 ネット被害経験

昨今、ネットにおいては、①SNS上でのネットいじめ、②なりすましによる被害、③個人情報の不正使用、漏洩、④リベンジポルノ等の被害が増

加の傾向にある（警察庁2016）。本調査においては、10.8%の学生が何回も被害に遭っている、35.8%の学生が1～2回程度遭っていると回答したことから、約半数（46.6%）の学生が被害に遭っているが明らかになった（Figure 2）。

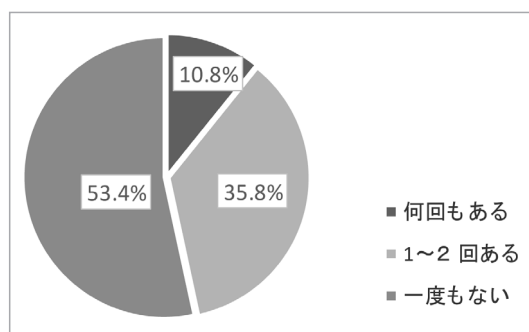


Figure 2 ネットで嫌な思いをしたことがある

次に、ネット被害経験とネット依存との関連を調べるためにSpearmanの相関係数を両変数間で求めた。その結果、.406と中程度の正の相関を示した（ $p < .001$ ）。

4 ネット使用時間

ネットやオンラインゲームの使用時間について、「ネット（ゲーム）使用時間」の設問を設け、「1時間未満」、「1～2時間」、「3～5時間」、「6～7時間」、「8時間以上」の5件法で行った。使用時間についてはこれまでの調査、研究の多くで性差が求められることから、性別×使用時間について χ^2 検定を実施したが、有意差は認められなかった（Table 3）。

Table 3 ネット使用時間と性差

	男子	女子	合計	有意差
1時間未満	6	21	27	n.s.
1～2時間	7	39	46	
3～5時間	8	52	60	
6～7時間	4	7	11	
8時間以上	0	4	4	
全 体	25	123	148	

Figure 3にその結果を示す。

本結果を総務省（2014）の調査結果と比較し

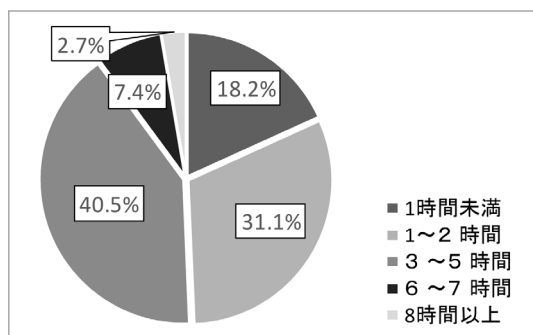


Figure 3 毎日のネット（ゲーム）使用時間

たが、約半数（50.7%）の学生が長時間使用とみなされる。これは学修時間、生活リズムの問題が心配される結果であると言える。

次にネット使用時間とネット依存傾向の関連を探るためSpearmanの相関係数を両変数間で求めたところ、508と中程度の正の相関を示した（ $P < .001$ ）。また、使用時間が長ければネット被害に遭う可能性も高くなることが予想されることからネット被害経験者とネット使用時間において相関関係を探ったが相関関係は認められなかった（.129 n.s.）。

5 SNS開始時期

SNS開始時期は学齢が下がるにつれ、早まっていることから（総務省2016）本調査を実施したが、その結果をFigure 4 に示す。

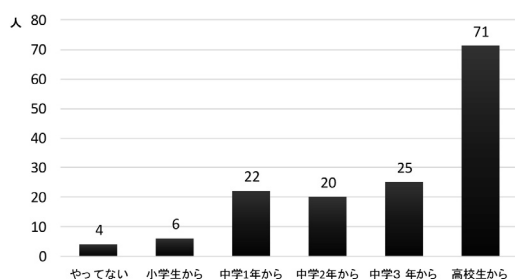


Figure 4 SNS開始時期

半数以上の学生が高校進学後に開始している一方、中学生からの開始が65人（中学1年22人、同2年20人、同3年25人）、小学生からの開始が6人と決して少ない人数ではないことが判明した。次にSNS開始時期が早いほど、使用時間も累積的に長くなり、それにより依存傾向が強まるのでは

ないかと思われることから、ネット依存得点を従属変数に、ネット使用時間、SNS開始時期を説明変数とする重回帰分析を行った。その結果、ネット使用時間のみに有意な差が認められた（ $R^2 = .217$, $B = 5.81$, $\beta = .466^{***}$, $*** P < .001$, $F(1, 146) = 40.404^{***}$, $*** P < .001$ ）。

6 ネット依存自覚度

ネット依存を自ら自覚しているか否かを調べるため、「自分はネット（ゲーム）依存だと思う」の設問に対し、「1 全く思わない」、「2 思わない」、「3 少し思う」、「4 いつも思う」の4件法で回答を求め、その傾向と他の下位尺度との関連を検討した（Figure 5）。

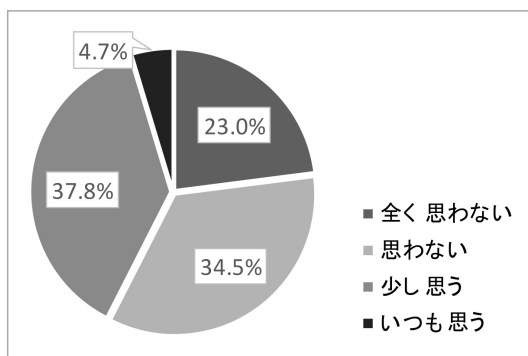


Figure 5 ネット依存自覚度

半数以上（57.5%）の学生が自分にネット依存傾向があるとは思っていないと答えた。このことは先に示したネット依存得点の高さとの関連性からするとやや低い傾向にあることが示された。

そこで、「全く思わない」「思わない」を「自覚なし」群、「少し思う」、「いつも思う」を「自覚あり」群とし、ネット依存得点との群間比較を行った。その結果、ネット依存自覚あり群が、自覚な

Table5 ネット依存得点4群分割

群名	得点範囲	N	%
依存度 1	(20 ～ 29)	38	25.7%
依存度 2	(30 ～ 35)	40	27.0%
依存度 3	(36 ～ 42)	34	23.0%
依存度 4	(43 ～ 100)	36	24.3%

Table 4 「ネット依存自覚なし群」「ネット依存自覚あり群」×ネット依存得点

	ネット依存自覚なし群			ネット依存自覚あり群			
	平均値	N	SD	平均値	N	SD	
ネット依存得点	34.32	85	11.36	41.83	63	11.70	***

***p<.001

Table 6 「ネット依存自覚なし群」「ネット依存自覚あり群」×ネット依存得点の χ^2 検定結果

ネット依存得点四分	依存度 1	依存度 2	依存度 3	依存度 4
ネット依存自覚なし群 (N = 85)	31 (3.5**) 36.5%	29 (2.3*) 34.1%	12 (-3.0**) 14.1%	13 (-3.0**) 15.3%
ネット依存自覚あり群 (N = 63)	7 (-3.5**) 11.1%	11 (-2.3*) 17.5%	22 (3.0**) 34.9%	23 (3.0**) 36.5%
合 計 (N = 148)	38 25.7%	40 27.0%	34 23.0%	36 24.3%

*p<.05 **p<.01

し群より有意に依存得点が高かった ($F=15.41$, $P<.001$) (Table 4)。

次に、ネット依存傾向とネット依存自覚との関連性をより明確にするため、ネット依存得点を Table 5 に示すように 4 分割し、ネット依存自覚有無群との 2×4 の χ^2 検定を実施した (Table 6)。

χ^2 検定の結果、人数の偏りが有意であった ($\chi^2(3) = 26.287$, $p<.001$)。残差分析を行った結果、ネット依存得点の低い群にネット依存自覚なし群が多く、ネット依存得点の高い群にネット依存自覚あり群が多いことが確認された。鄭 (2008) が示唆したネット依存無自覚者のばらつき傾向は確認されなかった。

7 ネット知識熟知に関する自己認識

ネットに関する知識の熟知に関する自己認識を把握するため、「1 全く知らない」、「2 あまり知らない」、「3 だいたい知っている」、「4 熟知している」の 4 件法で調査を行い Figure 6 の結果を得た。「全く知らない」、「あまり知らない」が約半数 (48.0%) であった。

そこで、ネット使用時間、ネット依存得点との Spearman 相関関係を求めた (Table 7)。

ネット知識に関する自己認識とネット使用時間

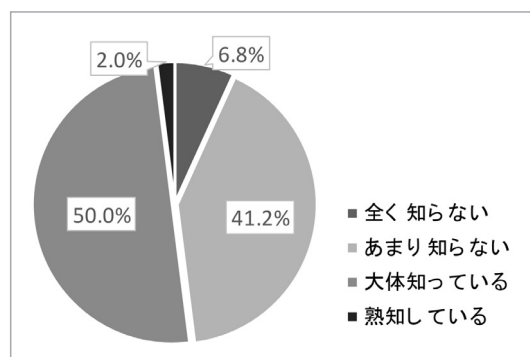


Figure 6 ネット知識に関する自己認識

Table 7 ネット知識と使用時間等の相関行列

	ネット知識	ネット使用時間	ネット依存得点
ネット知識	1.00	.201*	.508**
ネット使用時間		1.00	.213*
ネット依存得点			1.00

* p<.05 ** p<.01

Table 8 「ネット知識なし群」「ネット知識あり群」×ネット使用時間の χ^2 検定結果

ネット知識有無二分	1 時間未満	1 ～ 2 時間	3 ～ 5 時間	6 ～ 7 時間	8 時間以上
ネット知識なし群 (N = 71)	15 (.9) 21.1%	26 (1.4) 36.6%	25 (-1.3) 35.2%	4 (-.8) 5.6%	1 (-.9) 1.4%
ネット知識あり群 (N = 77)	12 (-.9) 15.6%	20 (-1.4) 26.0%	35 (1.3) 45.5%	7 (-.8) 9.1%	3 (.9) 3.9%
合 計 (N = 148)	27 18.2%	46 31.1%	60 40.5%	11 7.4%	4 2.7%

(.201 $p < .05$), ネット依存得点間 (.213 $p < .05$) に弱い正の相関がみられた。ネット使用時間, ネット依存得点間には中程度の相関(前述)がみられることから, ネットを長時間使用し, 自分の依存傾向も自覚しているがネットのことはあまり知らないと認識していることが窺われる。次に「全く知らない」「あまり知らない」を「ネット知識なし群」に, 「大体知っている」「熟知している」を「ネット知識あり群」に二分し, 「ネット使用時間」との両変数間で χ^2 検定を実施した (Table 8)。

その結果, 人数の偏りには有意差は認められなかった ($\chi^2 (4) = 4.365, n.s.$)。このことからネットを長時間使用していることと, ネット知識に自信をもっているとは無関係であると言える。

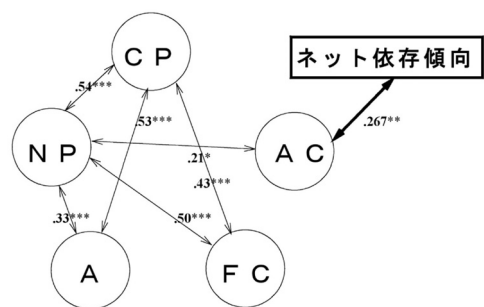
8 ネット依存傾向と性格特性

ネット依存を引き起こす心理的要因を探るため, 性格特性を測定する尺度として, 「2 はい」「1 どちらでもない」「0 いいえ」の3件法, 53項目からなる東大式エゴグラム (TEG II) を同時に実施した。エゴグラムはCP (Critical Parent批判的な親, 父性), NP (Nurture Parent養育的な親, 母性), A (Adult大人, 自我), FC (Free Child自由な子供, 本能, 快感原則に従おうとする本能欲求), AC (Adapted Child順応した子供, 適応本能) の5因子からなり一人一人得点を算出した。性格特性がネット依存を引き起こす要因の一つと考えられることから, ネット依存得点を従属因子, エゴグラム5因子を説明変数として, 重回帰分析を実施した (Table 9)。

 Table 9 ネット依存得点を従属変数とする重回帰分析 (N=148) ** $P < .01$

	B	β	t
AC	.621	.267**	3.34**
$R^2 = .111^{**}$ F (1,146)		11.18**	

ステップワイズ方式による重回帰分析の結果, ACのみが説明変数として有意であった。結果のパス図をFigure 7に示す。


 Figure 7 導かれたパス図 * $p < .05$ ** $p < .01$

エゴグラム5因子中ACのみが, 弱くNPと相関関係を有すが, ほぼ別個の特性として存在しており, ネット依存得点はこのACのみが説明変数となっていることが示唆された。

考 察

本調査では、新入生のネット依存傾向をYoung (1996) の尺度を用いて実施したが、「問題なし」群は全体の61.3%である一方、全体平均37.51は「中程度に問題あり」の40点以上に極めて近かった。そこで試みにネット依存得点35点以上の学生数を求めたところ、148人中77人 (52.0%) と半数以上に達した。

問題なし群の中に「中程度に問題あり」に近い学生が含まれていることが窺える。本調査では性差が認められなかった。これまでの多くの研究で、ネット使用時間、依存傾向に性差が認められ、女子は男子より有意に高い傾向を示していた。今回、男子の数が両学科合わせて25名と少なかったことも考えられるが、保育学科男子では女子を大きく上回っており (44.83), 両学科合めて、本学に入学してくる男子学生の傾向を示しているのかもしれない。この点については、今後、継続して調査を行って行く必要があると思われる。ネット被害経験とネット依存傾向とは中程度の相関 ($.406\ p<.001$) がみられたが、ネット被害に遭うくらいネットに依存しているとみることができる。一度ネット被害に遭った場合、ネットを敬遠し、距離を置くのではとの見方もできるが、被害に遭ってもネットから離れられない実態が窺える。また、ネット使用時間とネット依存傾向においても、中程度の相関 ($.508\ p<.001$) が認められた。ネット依存傾向にはネットから離れたくても離れられない傾向も含まれることから (Young, 1998), 妥当な結果と言える。そこで結果には示さなかったが、一考察としてネット使用時間、ネット依存傾向、ネット被害経験の3要因の関連を探ってみた (Figure 8)。

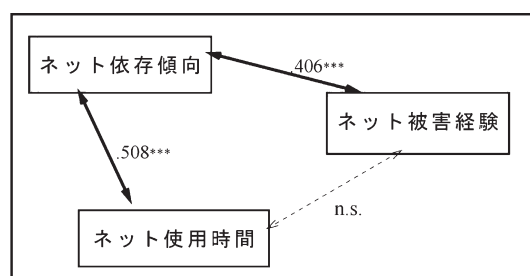


Figure 8 ネット3要因の関連図

ネット使用時間とネット被害経験のみ相関が認められなかった。ネット使用時間の長短と被害経験は直接的には結び付かないことになり、今後継続研究が必要であると思われる。

SNS開始時期とネット依存傾向との関連は認められなかったが、むしろ、SNSにどれだけ関わっているか、どのようなSNSにどれだけ時間を使っているかといった、詳細な調査が必要であると思われる。今回は、開始時期のみであったため、早く開始していても、現在、依存傾向を持つほどに関わっているとは限らないということが考えられ、今後の調査方法の改善が求められる。

「自分はネット依存だと思う」というネット依存自己認知について、ネット依存自覚なし群と自覚あり群とのネット依存得点の平均値比較はネット依存自覚あり群がなし群より有意に高かった (あり群41.83 なし群34.32 $F(1,146)=15.41\ p<.001$)。ネット依存を自覚することで、依存傾向に陥らない、あるいは依存傾向から脱却でき、逆にネット依存自覚がなければ、ネットを長時間使用し、結局ネット依存に陥ってしまうと一見思われる。しかし本調査では、ネット依存自覚あり群の方が明確にネット依存得点が高く、「自覚してはいるが、自分を制御できず、やめられない。」という学生の実態が窺えた。 χ^2 検定においても、ネット依存自覚あり群はネット依存度の高い群に偏っていた。このことは、学生への注意喚起が喫緊な課題となりつつあることを示唆している。

「ネット知識熟知」に関しては、ネット使用時間、ネット依存得点間で相関は認められるものの、弱い相関 ($.201^* \sim .213^*$) にとどまったことは、ネットを長時間使用し、ネット依存傾向があっても、ネットに関する知識については自信を持っていない学生像が窺えた結果と言える。ただ、「ネット依存自覚あり群」と「自覚なし群」ではネット知識自己認知に偏りがあるのではないかと考えられた。そこで当初の計画には含まれていなかったが、一考察として「ネット依存自覚あり群」と「ネット依存自覚なし群」×「ネット知識あり群」と「ネット知識なし群」の両変数間で 2×2 の χ^2 検定を実施した (Table10)。

Table 10 「ネット知識」×「ネット依存自覚」の
 χ^2 検定結果

	知識なし	知識あり
依存自覚なし (N=85)	49 (2.7**) 57.6%	36 (-2.7**) 42.4%
依存自覚あり (N=63)	22 (-2.7**) 34.9%	41 (2.7**) 65.1%
合 計 (N=148)	71 48.0%	77 52.0%

** $p < .01$

その結果、人数の偏りが有意であった。
($\chi^2(1) = 7.487, p < .01$ ※Fisherの直接法 $p < .01$) ネット依存なし群ではネット知識なし群が多く、ネット依存自覚あり群ではネット知識あり群が多かった。このことは、ネットの知識があると自認しているからこそ、自分にネット依存傾向があると自覚できるということであり、情報モラル教育、ネットに関する学習の重要性が改めて示されたといつてよい。最後に、本調査ではエゴグラム特性のACのみが、ネット依存傾向の説明因子として抽出された。ACは生後間もなく、FC(※原初的な本能と考えられ、飲みたい、寝たい等の欲求と結びついている)と同じく出現するが、FCとは異なり、環境に適応することで生存を確保する、適応本能と考えられている。学校臨床的には、幼少期にネグレクト等により、過剰適応の状態に生育した子どもは、周囲を常に気遣い、学級の中では大変「いい子」であるが、自分自身に自信を持てず、自己否定的傾向が一般的に認められる。本調査結果は、適応本能が強く、周囲に気を遣いすぎる人がネット依存傾向を持つことが示唆された。このことは、ネット依存傾向は単に、使用時間等だけの問題ではなく、本人の性格特性も影響しているということであり、AC高群に対しては、ネット依存に関しては特に注意を要すると言える。

ま と め

本研究より導かれたことを学生指導の観点で考えると、入学後に生活リズムの乱れ等から学業生活に入っていけない要因の一つにネット依存が挙げられるとすれば、支援の一方策として彼らの

実態を早期に把握することは極めて重要であると思われる。また、ネット依存度調査に加えて、エゴグラム等性格検査を記名式で実施することにより、個別相談が可能になると思われる。ただ、今回の調査は入学直後のみのものであり、高校生活の実態を見たことになるため、在学中の経年変化、全学的傾向をさらに検討していくことが必要であると考ええる。

謝 辞

本研究を行うにあたり、保育学科においては松田賢一教授のご厚意により授業時間を使って調査をしていただくことができました。食物栄養学科においてはオリエンテーション時に時間を確保していただきました。数々のご協力に対しまして、厚く感謝申し上げます。

引用文献

- 橋元良明他 (2011) インターネット利用と依存に関する研究報告 総務省情報通信政策研究所
伊藤将晃 (2009) 大学生のインターネット中毒傾向に関する研究 臨床教育心理学研究, 3, 1-6
警察庁 (2016) 平成28年度上半期におけるコミュニティサイト等に起因する事犯の現状と対策について, 1-8
牟田武生 (2004) 『ネット依存の恐怖』教育出版
内閣府 (2013) 平成24年度青少年のインターネット利用環境実態調査調査結果 (速報)
仁尾友紀他 (2009) 大学生の携帯メール依存について—友人関係における不安との関係—徳島大学総合科学部人間科学研究, 17, 73-90
総務省情報通信政策研究所 (2013) 青少年のインターネット利用と依存傾向に関する調査総務省情報通信研究所
総務省 (2014) 高校生のスマートフォン・アプリ利用とネット依存傾向に関する調査報告書
鄭艶花 (2008) 大学生の<インターネット依存傾向プロセス>と<インターネット依存 傾向自覚>に関する実証的研究 九州大学 心理学研究, 9 :111-117
友納 (鄭) 艶花 (2013) 若者のインターネット依存傾向形成要因と特徴に関する心理学的研究 九州共立大学総合研究所紀要, 6:19-26
土本亜矢子・緒賀郷志 (2006) 大学生におけ

る携帯電話依存傾向と内的対象想起との関連
岐阜大学教育学部研究報告（人文科学），55，
217-225
魚住絹代（2006）『メール利用と子どもたちの現
状』文部科学省審議会情報提供資料

Young,K.S.（1998）Caught in the net:How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery. New York:Jhon Wiley & Sons,Inc.

資 料 (調査に使用した質問用紙一部)

函館短期大学「ネットに関するアンケート」

・次のアンケート項目を読み、あてはまると思うものをえらび、マークシート回答用紙の該当箇所○全体を塗りつぶして下さい。
鉛筆でなくても大丈夫です。これは全体的傾向を見るだけで、個人を特定するものではありませんから安心して答えて下さい。

※ネットとはSNS (LINE、Twitter等)、メール、YouTube、ネット検索、ネットショッピング等すべてを含みます。

※ゲームとはエンタドールDS、スマートフォン等のゲームをさし、将棋、オセロ、トランプ等は含みません。

(①全くない ②まれにある ③ときどきある ④よくある ⑤いつもある) ※1～20の設問

- 1 気がつくと、思っていたより長い時間ネット(ゲーム)をしていることがある。
- 2 ネット(ゲーム)を長く利用していたために、家庭での役割や家事(炊事、掃除、洗濯など)をおろそかにすることがある。
- 3 家族や友だちと過ごすよりも、ネット(ゲーム)を利用したいと思うことがある。
- 4 ネット(ゲーム)で新しく知り合いを作ることがある。
- 5 周りの人から、ネット(ゲーム)を利用する時間や回数について文句を言われたことがある。
- 6 ネット(ゲーム)をしている時間が長くて、学校の成績が下がったことがある。
- 7 ネット(ゲーム)が原因で、勉強の能率(のうりつ)に悪影響が出ることもある。
- 8 他にやらなければならないことがあっても、まず先にSNS (LINE、Twitterなど)やメールをチェックすることがある。
- 9 人にネット(ゲーム)で何をしているのか聞かれたとき、いいわけをしたり、隠そうとしたりすることがある。
- 10 日々の生活の問題から気をそらすために、ネット(ゲーム)で時間を過ごすことがある。
- 11 気がつけば、また次のネット(ゲーム)利用を楽しみにしていることがある。
- 12 ネット(ゲーム)のない生活は、退屈で、むなしく、わびしいだろうと不安に思うことがある。
- 13 ネット(ゲーム)をしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、言い返したりすることがある。
- 14 夜遅くまでネット(ゲーム)をすることが原因で、睡眠時間が短くなっている。
- 15 ネット(ゲーム)をしていないときでも、ネット(ゲーム)のことを考えてぼんやりしたり、ネット(ゲーム)をしているところを空想したりすることがある。
- 16 ネット(ゲーム)をしているとき「あと数分だけ」と自分で言い訳していることがある。
- 17 ネット(ゲーム)をする時間や頻度を減らそうとしても、できないことがある。
- 18 ネット(ゲーム)をしている時間や回数を、人に隠そうとすることがある。
- 19 誰かと外出するより、ネット(ゲーム)を利用することを選ぶことがある。
- 20 ネット(ゲーム)をしている時は何ともないが、ネット(ゲーム)をしていない時はイライラしたり、憂鬱(ゆううつ)な気持ちになったりする。

(①全くあてはまらない ②あてはまらない ③あてはまる ④非常にあてはまる) ※21～44の設問

- 21 いつも自分のことをよく知ろうと努めている。
- 22 何かをするとき、スタイルやかっこうが気になる方だ。
- 23 初めての場面では、とけ込むまでに時間がかかる。
- 24 自分自身のことについて、いろいろ考えることが多い。
- 25 相手に自分をどう見せるか、ということに気をつかう方だ。
- 26 自分自身についてよく空想する。
- 27 誰かに見られていて、どうも気になってうまくできない方だ。
- 28 自分自身のことを、あれこれせんさくしない方だ。
- 29 ちょっとしたことでも、すぐどぎまぎする。
- 30 自分がまわりにどのように見えるかということを気にかける方である。
- 31 知らない人とでも平気で気軽に話しができる。
- 32 自分の内面に目が向きやすい。
- 33 人により印象を与えようと、ふだんから気をつかう方だ。
- 34 何かをしたとき、どうしてあんなことをしたんだろうと考えてしまうたちだ。

※裏に続く